SÉRGIO MALLANDRO RELEMBRA A CARREIRA NO SHOW 'SEM CENSURA', EM SANTOS {pág 09}

'MAD MEN'

5a TEMPORADA DA SÉRIE QUE REVIVE ANOS 60 ESTREIA {pág 08}

metro®

SANTOS
Segunda-feira, 23 de abril de 2012
Edição nº 565, ano 3

Mín 22°C
Máx 24°C

Dobram autuações de bêbados nas estradas da BS

Segundo dados da Polícia Rodoviária estadual, flagrantes de motoristas embriagados cresceram 95% de janeiro a abril deste ano, comparados aos do mesmo período de 2011 ▶ Bafômetro passivo ajudou a fiscalização {pág 02}

▶ Neymar comemora mais um golaço, o segundo do Peixe contra o Mogi Mirim: agora, time se concentra na Libertadores

LEO BARRILARI/FRAME/FOLHAPRESS

Semi de clássicos: um é de Campinas

▶ Ponte elimina Corinthians e Guarani tira o Palmeiras ▶ Times de Campinas de enfrentam ▶ São Paulo encara o Santos {págs 14 e 15}

Assembleia Legislativa

28% dos deputados enfrentam processos

▶ Levantamento da ONG Transparência Brasil revela que 26 dos 94 deputados estaduais respondem por processos {pág 04}

Dilma bate recorde de popularidade

▶ Gestão da presidente é considerada ótima ou boa para 64% dos brasileiros {pág 05}

Chuvas causam deslizamentos em Santos

▶ Áreas da Caneleira e do Nova Cintra sofrem escorregamento
▶ Chuva deve diminuir {pág 03}

Embriaguez ao volante cresce 95% nas estradas

Dados são da Polícia Rodoviária referentes ao Sistema Anchieta-Imigrantes e rodovias Pe. Manoel da Nóbrega e Cônego Domênico Rangoni

Dados da Polícia Rodoviária do Estado de São Paulo mostram que houve um aumento de 95% nas autuações de embriaguez ao volante nas rodovias que cruzam o litoral, como Sistema Anchieta Imigrantes, Pe. Manoel da Nóbrega e Cônego Domênico Rangoni. De janeiro a 15 de abril de 2011 foram 39. No mesmo período deste ano foram 76.

De acordo com o 1º Tenente PM Moacir Mathias do Nascimento, chefe do setor de Assuntos Civis do Batalhão de Polícia Rodoviária, o aumento deve-se à maior fiscalização. Além disso, desde agosto de 2011 o efetivo está usando o etilômetro passivo, que não necessita que a pessoa assopre, basta chegar o equipamento a cerca de 30 cm da boca. "Se o passivo detectar o uso do álcool, a pessoa é convidada a assoprar o ativo. Caso se negue a fazê-lo, mas o policial detecte sinais de embriaguez, a pessoa é autuada pelo artigo nº 145, com multa de R$ 957, retenção do veículo até que alguém sóbrio possa conduzi-lo e possível suspensão da habilitação até 12 meses por ser considerada uma infração gravíssima", afirma o tenente.

O tenente ainda esclarece que o etilômetro ativo é o único modo de comprovar se alguém ingeriu álcool de acordo com a certificação do Inmetro (Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia), o que não ocorre com o passivo. "Na verdade o passivo funciona como um pré-teste."

CHRISTIANE FERREIRA
METRO SANTOS

155
mil acidentes de trânsito foram registrados em 2011, segundo dados do Ministério da Saúde.

FRED CASAGRANDE/METRO SANTOS

▶ No etilômetro ativo é preciso encher o pulmão de ar e depois assoprar por 5 segundos

Etilômetro

Saiba qual é a diferença entre etilômetro passivo e ativo

▶ **Álcool** O etilômetro passivo tem a aparência de um microfone e não necessita que a pessoa o assopre, basta ser aproximado cerca de 30 cm da boca. Possui três luzes que lembram um semáforo: verde (a pessoa não bebeu e está aprovada), amarela (indica cuidado) e vermelha (a pessoa bebeu além da conta e não está apta a dirigir).

Praia Grande

Juventude Legal
Começa hoje o Juventude Legal, projeto que vai oferecer mais de 20 tipos de serviços gratuitos aos alunos da rede estadual, como exames de glicemia e HIV, emissão de carteira de trabalho e elaboração de currículo. A primeira escola a receber o projeto é a E.E Prof. Antônio Nunes L. da Silva, no bairro Samambaia. Os alunos ainda participam da ação "Driblando o Crack", patrocinada pela entidade nacional Força Brasil Jovem.
METRO SANTOS

Olhar Cidadão
JOSÉ LUIZ DATENA

BASTA

Na última semana conversei, na rádio Bandeirantes, com o ministro Gilson Dipp do Superior Tribunal de Justiça e que preside a comissão para reforma do nosso código penal ultrapassado. Ouvi e gostei. Acho que tudo caminha para que dentro de um princípio democrático, respeitando-se a civilidade e humanidade e sem arranhar o direito de ninguém, a coisa natural é o endurecimento das leis. Simples assim. Quem comete um crime tem que pensar no mínimo duas vezes.

Moral da história: o bandido tem que ter medo do código penal, aliás o nosso já tem 72 anos e não combina com a extrema situação de violência e impunidade na qual vivemos hoje.

Basta aos estupradores, chega de espancadores de mulher, um não definitivo aos pedófilos, tolerância zero para quem invade as nossas casas, violenta nossas mulheres, aponta revólver para bebês de colo.

Zero também de paciência para quem enriquece roubando dinheiro público, que é seu, meu e nosso e que, por consequência, joga no lixo nosso sagrado direito de votar, que nem deveria ser obrigatório exatamente por ser sagrado.

Nosso direito de ir e vir, bem como nosso direito ao lazer público e ao descanso em nossas residências, não pode ser mais violado por esses marginais covardes que contam com a segurança e comida de graça das cadeias brasileiras que dão a eles muito mais conforto que nosso lar e nossas ruas.

Resumindo, bandido é bandido e fim de papo. Se não por que não haveria valor em preservar a família, os bons costumes, a honestidade e, principalmente, a solidariedade geral do povo brasileiro?

Um povo pacífico, mas até certo ponto. Enfim, esses canalhas já há muito cruzaram a fronteira da nossa compreensão e fé cristã.

Se nossas mães e pais tiverem que derramar lágrimas que sejam derramadas pelas mães e pais deles. Tudo, é claro, dentro do limite de que a polícia prende e investiga e a Justiça julga.

Me ajuda aí.

Cotações

Dólar	Euro
- 0,63% (R$ 1,87)	+ 0,16% (R$ 2,48)

Bovespa	Selic
- 0,20% (62.494 pts)	(9%)

Salário mínimo (R$ 622)

metro
Telefones:
013/3345-9000 (redação)
011/3528-8500 (comercial)

O jornal Metro circula em 22 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. No Brasil, é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional. É publicado e distribuído gratuitamente de segunda a sexta em São Paulo, ABC paulista, Santos, Campinas, Rio de Janeiro, Curitiba, Belo Horizonte e Porto Alegre, somando mais de 440 mil exemplares.

EXPEDIENTE
Metro Brasil. Presidente: Cláudio Costa Bianchini.
Diretor de Redação: Fábio Cunha (MTB: 22.269)
Diretor Comercial e Marketing: Carlos Eduardo Scappini.
Diretora Financeira: Sara Velloso. **Diretor de Operações:** Luís Henrique Correa.
Metro Santos
Editor Executivo: Marcelo Camargo (MTB: 33.618) / **Coordenador de Redação:** Irineu Masiero.
Gerente Comercial Nacional: Ricardo Adamo. **Gerente Comercial:** Luciano Pessoa.

Editado e distribuído por SP Publimetro S/A. Endereço: rua José Caballero, 15, Gonzaga, CEP 11055-300, Santos, SP.
O jornal Metro é impresso na Plural Editora e Gráfica Ltda.

A tiragem e distribuição desta edição de 20.000 exemplares são auditadas pela BDO.

Metro entrevista

FRED CASAGRANDE/METRO SANTOS

▶ Luciano Pereira de Souza está na Secretaria de Meio Ambiente desde 2010, na qual ocupou o cargo de Assessor Técnico

Secretário do Meio Ambiente de Santos fala sobre os desafios da sua pasta até o término da sua gestão, entre eles balneabilidade das praias

LUCIANO PEREIRA DE SOUZA
‘É PRECISO COMBATER A POLUIÇÃO DIFUSA’

À frente da Seman (Secretaria de Meio Ambiente de Santos) desde o último dia 5, Luciano Pereira de Souza tem vários desafios como secretário da pasta. Melhora da balneabilidade das praias – que no ano passado ficaram por nove meses impróprias –, melhora no tratamento de esgoto e destinação do lixo são alguns deles. Neste último tema, o secretário não respondeu de que forma a secretaria planeja a destinação do lixo daqui a alguns anos, para que se evite um colapso nos aterros sanitários, já que a cidade produz por mês cerca de 500 toneladas de lixo, no Carnaval deste ano foram 2 mil toneladas. A seguir veja trechos da entrevista do secretário ao **Metro**.

Balanço divulgado pela Cetesb mostrou que em 2011 as praias de Santos ficaram impróprias 68% do período. Quais as medidas para que esse quadro mude?
A prefeitura tem procurado adotar ações com o intuito de diminuir a poluição difusa que chega as praias e ocasionam problemas na balneabilidade. Dentre essas ações podemos destacar parceria com a Sabesp na identificação de ligações clandestinas de esgoto e o trabalho do Programa Santos Nossa Casa, realizado pela Semam em parceria com a Libra Terminais e o Rotary Clube Ponta da Praia, visando conscientização ambiental.

No mesmo relatório da Cetesb, foi dada uma nota de 1,63 para Santos no quesito sistema e tratamento de esgoto. A que o senhor atribui uma nota tão inferior e quais as medidas para melhorar esse índice neste ano?
Santos está em tratativas com a Sabesp para formalização de contrato, por meio de autorização legal, em que a empresa concessionária desses serviços passará a realizar também o tratamento do esgoto, antes de seu lançamento no mar.

> **“Houve um avanço com a implantação de rede de coleta de eletroeletrônicos, pneus usados, pilhas, baterias e outros resíduos.”**
> LUCIANO PEREIRA DE SOUZA

Qual é o maior desafio no meio ambiente em Santos?
Desenvolver a gestão integrada de resíduos sólidos, especialmente os da construção civil, com a participação da população e do setor privado. Este objetivo deve ser alcançado pela implantação do plano municipal de gestão integrada de resíduos, em atendimento ao marco regulatório nacional, que prevê, entre outras medidas, a separação e coleta domiciliar do chamado lixo limpo (recicláveis e reutilizáveis) e do lixo orgânico, como também estabelece o recolhimento pela cadeia produtiva de lâmpadas fluorescentes, eletroeletrônicos usados, pilhas, baterias e demais resíduos sujeitos à logística reversa.

Haverá a entrega de algum projeto em especial até o término da sua gestão?
Encontra-se em fase de construção um novo galpão para a separação de recicláveis na Usina de Triagem da Alemoa. Serão adquiridos equipamentos para a modernização da triagem de recicláveis, com verbas provenientes de indenização ambiental, destinadas pelo Ministério Público, com o aval do Poder Judiciário. Também estão sendo elaborados o plano municipal de gestão integrada de resíduos sólidos e o plano da Mata Atlântica, que prevê, entre outras medidas, a criação de quatro unidades de conservação da natureza no município, além da inclusão da Área de Proteção Ambiental Santos Continente no Sistema Nacional das Unidades de Conservação.

CHRISTIANE FERREIRA
METRO SANTOS

Chuva causa deslizamentos em morros de Santos

Defesa Civil de Santos registrou escorregamento na Caneleira e no Morro da Nova Cintra ▶ Chuva dá uma trégua, segundo a previsão do tempo

-A chuva que caiu na madrugada de sábado para domingo causou dois escorregamentos, um no Morro da Caneleira e outro no Nova Cintra, em Santos. De acordo com coodenador municipal de Defesa Civil do município, Daniel Onias, os deslizamentos de terra não afetaram nenhuma casa.

“Choveu cerca de 82mm num período de 24 horas, o que é alto. No momento a cidade está em estado de observação, o que é considerado normal”, afirma Onias, que também disse que houve uma queda de árvore na região de morros.

Ontem à tarde duas quedas de barreira atrapalharam os motoristas que trafegavam pelas pistas da rodovia Anchieta. Por volta das 13h, um incidente foi registrado na Pista Sul, no km 43 e no km 47. Já na Pista Norte, também no km 43, foi registrada outra queda de barreira, que interditou a faixa da direita e parte da faixa da esquerda.

Previsão
Nos próximos dias a chuva dará uma trégua e a tendência é que a temperatura aumente gradativamente com o passar dos dias. “No início da semana o tempo melhorará com o aparecimento de sol. Na quarta-feira, há previsão de chuva, porém com pouca intensidade. A tendência é que a temperatura fique entre 19ºC e 24ºC”, afirma a metereologista Caroline Vidal Ferreira da Guia, do CPTEC/Inpe (Centro de Previsão de Tempo e Estudos Climáticos). METRO SANTOS

Breves

Concurso público em PG

OPORTUNIDADE. Começam hoje as inscrições para concurso público para a Câmara Municipal de Praia Grande. O processo seletivo contempla as funções de agente administrativo, em nível superior (uma vaga), e escriturário, em nível médio (duas vagas). O salário para o nível médio é de R$ 1.000. Em nível superior, o vencimento com gratificação é de R$ 1.733,34. A jornada de trabalho para ambos os cargos é de 33 horas semanais. Informações pelo telefone 3476-1700 ou no site www.camarapraiagrande. sp. gov. br. METRO SANTOS

Vagas em São Vicente

EMPREGO. O PAT (Posto de Atendimento ao Trabalhador) de São Vicente está com vagas abertas em diversas áreas, dentre elas 25 para motorista carreteiro, 10 para vigilante e 8 para maçariqueiro. Além dessas, existem mais 31 vagas disponíveis. Para se cadastrar, basta comparecer à sede do PAT (rua Frei Gaspar, 2.577 – Beira-Mar) de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, com os seguintes documentos: RG, CPF, número do NIT, NIS, PIS/PASEP ou Cartão do Cidadão, carteira de trabalho e comprovante de residência. A inscrição é gratuita. O local oferece outros serviços, como emissão de carteiras profissionais. METRO SANTOS

Na Assembleia, 28% dos deputados são processados

Dos 94 parlamentares da Casa, 26 enfrentam ações na Justiça ou no Tribunal de Contas do Estado

Levantamento da ONG Transparência Brasil revela que 26 dos 94 deputados que compõem hoje a Alesp (Assembleia Legislativa de São Paulo) respondem a algum tipo de processo. O número corresponde a 28% dos parlamentares.

Entre as ações que pesam contra os deputados, seja na Justiça ou no Tribunal de Contas do Estado, há acusações de estelionato, falsidade ideológica, crime contra o patrimônio, superfaturamento de obras, nepotismo e criação de cargos irregulares. Nesta lista, há deputados com um único processo e outros que acumulam até 25 ações, como o presidente da Casa, Barros Munhoz (PSDB). O PSDB é a legenda que tem o maior número de parlamentares citados na Justiça: 10 ao todo.

Segundo a ONG, 19 parlamentares já foram condenados em primeira instância por crimes como recebimento ilícito de verbas e improbidade administrativa. Nas sentenças, a Justiça determinou a devolução das verbas e a suspensão dos direitos políticos. Todos recorreram das decisões.

Mesmo condenados, eles ainda não podem ser enquadrados na Lei da Ficha Limpa, já que só fica impedido de disputar uma eleição o político condenado por um órgão colegiado.

"A porcentagem é alta. Os deputados condenados pela Justiça não deveriam atuar na política."
CLÁUDIO ABRAMO, DIRETOR DA ONG

A pesquisa obtida pelo **Metro** exclui os processos na Justiça eleitoral. Se estas ações forem levadas em conta, o número de parlamentares encrencados passa para 39, ou seja, 41% da atual composição da Casa, responsável por fiscalizar o Poder Executivo.

Para o diretor executivo da ONG, Cláudio Weber Abramo, as ações mais graves são as que envolvem improbidade administrativa. "Isso significa desonestidade no exercício da função pública. Os condenados não deveriam estar trabalhando", diz Abramo.

Levando o pente-fino à esfera federal, o cenário na Câmara dos Deputados é ainda pior: 300 dos 513 parlamentares respondem a algum tipo de processo. Ou seja, 58% têm alguma pendência com a Justiça ou com o Tribunal de Contas.

MARCELA SPINOSA
METRO SÃO PAULO

Os citados Dos 94 deputados, 26 são ou foram alvo de processos na Justiça ou no Tribunal de Contas

Partido	Nº	Deputado
PSDB (Total 10)	1	Ary Fossen
	2	Barros Munhoz
	3	Carlão Pignatari
	4	Celso Giglio
	5	Geraldo Vinholi
	6	João Caramez
	7	Roberto Massafera
	8	Samuel Moreira
	9	Mauro Bragato
	10	Welson Gasparini
DEM (Total 3)	11	Edmir Chedid
	12	Estevam Galvão de Oliveira
	13	Gil Arantes
PMDB (Total 1)	14	Itamar Borges
PT (Total 9)	15	Adriano Diogo
	16	Alencar Santana
	17	Beth Sayão
	18	Edinho Silva
	19	Geraldo Cruz
	20	Gerson Bittencourt
	21	Isac Reis
	22	Marco Aurélio de Souza
	23	Marcos Martins
PSD (Total 1)	24	Ed Thomas
PV (Total 1)	25	Beto Trícoli
PR (Total 1)	26	André do Prado

EDUARDO KNAPP/FOLHAPRESS

Parlamentares explicam ações

O **Metro** entrou em contato com os parlamentares citados no site da Transparência Brasil.

Beth Sayão (PT) diz que seu processo é resultado de perseguição política. Isac Reis (PT) explica que seu contador não enviou ao Tribunal de Contas os documentos solicitados pelo órgão e, por isso, foi multado em R$ 3,2 mil. Marco Aurélio de Souza (PT) afirma que seus oito processos estão sendo resolvidos. Estevam Galvão de Oliveira (DEM), citado 22 vezes, informa que está recorrendo das decisões em dois deles.

Samuel Moreira (PSDB) alega que seu nome foi citado pois, na época, era presidente do consórcio investigado, mas que não tem relação com o caso.

Adriano Diogo (PT), Marcos Martins (PT), João Caramez (PSDB), Beto Trícoli (PV) e André Prado (PR) disseram que não há decisão judicial proferida contra eles.

Roberto Massafera e Mauro Bragato, ambos do PSDB, dizem que seus processos foram arquivados. Gerson Bittencourt (PT), Gil Arantes (DEM), Geraldo Cruz (PT), Itamar Borges (PMDB), Geraldo Vinholi (PSDB), Edinho Silva (PT) e Welson Gasparini (PSDB) alegam que seus casos foram julgados improcedentes.

Os deputados Alencar Santana (PT), Edmir Chedid (DEM), Ary Fossen (PSDB), Barros Munhoz (PSBD), Carlão Pignatari (PSDB), Celso Giglio (PSDB) e Ed Thomas (PSB) não se pronunciaram. M.S

Policiais facilitam ações de criminosos

Investigações da Corregedoria da Polícia de São Paulo apontaram que três PMs (Policiais Militares) estavam facilitando a atividade de grupos especializados em arrastões em condomínios e roubos de caixas eletrônicos. O número de policiais envolvidos ainda pode ser maior, diz o órgão.

De acordo com o coordenador do Observatório de Segurança Pública da Unesp (Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Neto), Luís Antônio Francisco de Souza, os criminosos dependem cada vez mais da ajuda dos policiais militares para obter informações.

Para agir, o policial aproveita da facilidade de acesso aos equipamentos de rádio da PM para avisar aos ladrões, por celular, quando policiais que não estão envolvidos no esquema se aproximam do local.

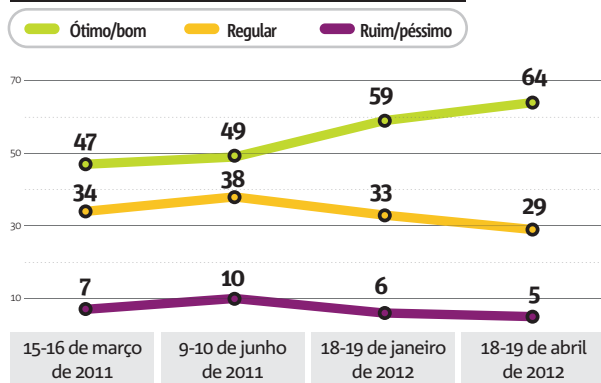
Com o PM bem informado, a quadrilha poupa o trabalho de pelo menos quatro bandidos e a ação acaba saindo mais barata para os criminosos.

Antes do roubo, o PM avalia os riscos do roubo não dar certo e quais as principais rotas de fuga na região. Segundo Souza, é preciso fortalecer os PMs que trabalham contra o crime organizado dentro das instituições. METRO

MAURICIO CAMARGO / FUTURA PRESS

Condomínio foi alvo de arrastão na Vila Madalena

Dilma bate novo recorde de aprovação

Para 64% dos brasileiros, atual gestão é ótima ou boa
Lula é candidato favorito para as eleições em 2014

O governo de Dilma Rousseff bateu novo recorde de popularidade: 64% dos brasileiros aprovam sua gestão, que foi considerada "ótima" ou "boa" pelos entrevistados na pesquisa Datafolha divulgada ontem pela "Folha de S.Paulo". Esta é a maior taxa de popularidade da presidente desde sua posse, em 1º de janeiro de 2011, quando pesquisa similar apontou aprovação de 59% dos entrevistados.

Questionados sobre quem deveria ser o candidato do PT nas eleições em 2014, 57% dos entrevistados escolheram o ex-presidente Lula. Dilma é a favorita de 32%. Para 6%, nenhum dos dois deveria concorrer. Outros 5% não souberam responder a pergunta.

No entanto, Dilma está tecnicamente empatada com seu antecessor, levando em conta grupos considerados formadores de opinião e a margem de erro. Entre eleitores com renda acima de dez salários mínimos, Dilma tem preferência de 48%, ante 45% de Lula.

A comparação com os dois últimos presidentes é muito favorável a Dilma com seus 64% de aprovação. No primeiro mandato, Lula tinha 38%. O tucano Fernando Henrique Cardoso teve só 30%. METRO

Controladoria-Geral da União abre processo para impedir contratos da Delta

Investigada pela PF, Delta deve sair do consórcio responsável pelas obras Maracanã
CELSO PUPO / FOTOARENA

A CGU (Controladoria-Geral da União) instaura hoje processo administrativo devido aos indícios de irregularidades encontrados em operação da PF no Ceará, em 2010. Servidores do Dnit (Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes) e funcionários da Delta chegaram a ser presos acusados de pagamento e recebimento de propina e desvio de recursos de obras públicas. O processo pode resultar no impedimento da Delta em participar de licitações de órgãos públicos e suspender seus contratos com o governo federal.

A CGU recebeu os autos da PF no fim de 2011 e eles apontavam que as irregularidades se restringiam ao Ceará. Mas, com a operação Monte Carlo, em fevereiro, que aponta para problemas semelhantes na região Centro-Oeste, os indícios de irregularidades cometidos pela Delta podem se caracterizar como mais amplos.

"As condutas supostamente criminosas da empresa assumem caráter geral. Avaliamos após reunião com a Casa Civil que deveríamos formar uma comissão para analisar [a possibilidade de torná-la inidônea]", disse o ministro da CGU, Jorge Hage.

Negociação de dívidas

Diálogos captados pela PF indicam que o senador Demóstenes Torres (ex-DEM) negociou para que a prefeitura de Anápolis (GO) pagasse R$ 20 milhões à Delta. Tratava-se de dívida que pertencia à empreiteira Queiroz Galvão e que foi "comprada" pela Delta por cerca de R$ 4,5 milhões.

A prefeitura confirma a negociação, mas diz que a dívida ainda não foi paga. O dinheiro se referia ao contrato de recolhimento do lixo. METRO

AGÊNCIA BRASIL

Operários realizam nesta semana a terceira greve em menos de seis meses

Belo Monte pode parar hoje

Os operários da Usina Hidrelétrica de Belo Monte, no Pará, prometem parar as atividades nos cinco canteiros da obra instalados às margens do Rio Xingu a partir de hoje. A decisão foi tomada na semana passada em assembleia. Vai ser a terceira paralisação dos canteiros de obras da usina em menos de seis meses. Os funcionários da obra, a maior do PAC (Programa de Aceleração do Crescimento), pedem, entre outras reivindicações, a redução do intervalo entre as chamadas baixadas e reajuste do valor do vale-alimentação.

Baixada é o período de folga que o consórcio dá aos trabalhadores para visitar a família. Atualmente, para cada seis meses de trabalho, os funcionários ganham nove dias de licença. O Consórcio Construtor de Belo Monte acenou com a possibilidade de ampliar o período da folga para 19 dias, com a antecipação de dez dias das férias. Os trabalhadores querem aumento do vale alimentação de R$ 95 para R$ 300 por mês, mas a empresa propõe apenas um reajuste de R$ 15. METRO

Hollande lidera eleições na França

Candidato socialista vence primeiro turno do pleito para presidente com quase um ponto de diferença para Nicolas Sarkozy ▶ Candidatos começam campanha para segundo turno com novas promessas

O socialista François Hollande venceu ontem o primeiro turno das eleições presidenciais na França com cerca de ponto de vantagem sobre o atual presidente do país Nicolas Sarkozy. Os dois são os favoritos para o segundo turno do pleito, a ser realizado dia 6 de maio.

Segundo a apuração, Hollande teve 28,2% dos votos, contra 27% de Sarkozy. O terceiro lugar ficou com a líder de extrema direita Marine Le Pen. O pleito foi disputado por dez candidatos.

Após receber os resultados, Hollande agradeceu calorosamente seus eleitores e afirmou que um de seus maiores desafios será contribuir para o crescimento da Europa e com o fim do desemprego. Para Sarkozy, o pleito não foi como esperado.

Essa foi a primeira vez na história que o atual presidente do país não ocupa a preferência no primeiro turno. Em discurso, Sarkozy agradeceu os franceses e propôs a realização de três debates com Hollande nas próximas semanas com foco em economia, questões sociais e internacionais.

Em sua campanha para disputar o segundo turno, o atual presidente francês garantiu aumentar a segurança nas fronteiras do país, controlar a imigração e lutar contra o crime.

As promessas foram realizadas devido ao bom desempenho de Marine Le Pen. A candidata será uma importante personagem no dia 6, no entanto ele se recusou a apoiar seus concorrentes. METRO

REGIS DUVIGNAU/REUTERS

Hollande afirma, em discurso, que é a vez da esquerda governar a França

YVES HERMAN/REUTERS

Sarkozy tenta reeleição para a Presidência

Disputa eleitoral

Números do primeiro turno das eleições presidencias na França

Total de votos dos cinco primeiros colocados (em %)

Candidato	%
François Hollande	28,2
Nicolas Sarcozy	27
Marine Le Pen	18,6
Jean-Luc Melenchon	10,9
François Bayrou	9,2

81% dos franceses foram às urnas ontem

• Desde 2007 Sarcozy ocupa a presidência da França

Segundo turno: 6 de maio

REUTERS

▶ Manifestações na Síria continuam mesmo com cessar-fogo

Kofi Annan exige o fim de armaspesadas na Síria

O enviado especial da ONU (Organização das Nações Unidas) e da Liga Árabe, Kofi Annan, exigiu ontem que o regime sírio pare "de uma vez por todas" de usar armas pesadas para reprimir os rebeldes, afirmou Ahamad Fawzie, porta-voz do ex-chefe da organização. De acordo com Annan, este é um momento crucial para a consolidação do cessar-fogo, por isso é necessário acelerar a retirada das tropas da oposição.

Para intensificar o plano de paz proposto por Annan, o Conselho de Segurança da ONU aumentou para 300 o número de observadores desarmados no país no último sábado.

Mesmo assim, soldados sírios com o apoio de tanques mataram ontem três civis. Segundo ativistas locais, uma pessoa foi morta na região de Htaita e duas na cidade de Douma durante o bombardeio de alguns edifícios. METRO

"O governo deve renunciar ao uso de armas pesadas e, tal como se comprometeu, retirá-las."
KOFI ANNAN, ENVIADO ESPECIAL DA ONU E DA LIGA ÁRABE

Governo líbio pode mudar após eleições

A reestruturação do governo líbio não acontecerá antes das eleições do país, marcadas para junho, segundo afirmou ontem o chefe do CNT (Conselho Nacional de Transição) do país, Mustafa Abdel Jalil.

Segundo Jalil, a motivação para supostas modificações existe. No entanto, a mudança é impraticável, pois pode afetar diretamente a realização da eleição parlamentar.

Há alguns meses, o CNT vem analisando o trabalho de alguns ministros do governo, a fim de possíveis substituições. METRO

Dia da Terra

▶ Ciclistas no parque de Budapeste

LASZLO BALOGH/REUTERS

Hungria sobre duas rodas

Em homenagem ao Dia da Terra, celebrado ontem, centenas de ciclistas levantaram suas bicicletas em um parque de Budapeste, Hungria, após pedalar por um longo trajeto pelas ruas da cidade.

Prazo para declarar IR termina dia 30

Multa para quem não entregar a declaração do Imposto de Renda é de R$ 165,74 ou 20% do valor devido

O prazo para a entrega da declaração do Imposto de Renda termina na segunda-feira, dia 30, mas boa parte dos contribuintes ainda não enviou o documento à Receita Federal. Até a última sexta-feira, 13 milhões de contribuintes ainda não haviam enviado o documento, 52% das 25 milhões de declarações que o fisco estima receber neste ano. A Receita alerta que quem deixar para a última hora poderá dificuldades de acesso ao sistema. Na correria para não entregar atrasado, muitos contribuintes percebem que cometeram erros, o que pode levá-los até mesmo à malha fina e a pagar multas. Segundo o diretor da Confirp Contabilidade, Richard Domingos, esses erros não devem ser motivos de desespero.

Detectados os problemas, o contribuinte pode fazer a retificação. "O prazo para retificar a declaração é de cinco anos, mas é importante que o contribuinte realize o processo rapidamente, para não correr o risco de ficar na malha fina", diz Domingos.

Um dos cuidados que deve ser tomado é entregar a declaração retificadora no mesmo modelo (completo ou simplificado) utilizado para a declaração original. É fundamental que o contribuinte possua o número do recibo de entrega da declaração anterior, para a realização do processo. **METRO**

Acertando as contas com o Leão

Confira as regras

Quem deve declarar:

- Recebeu rendimentos tributáveis, sujeitos ao ajuste na declaração, superiores a **R$ 23.499,15**
- Recebeu rendimentos isentos, não tributáveis ou tributados exclusivamente na fonte, acima de **R$ 40 mil**
- Obteve receita bruta com a atividade rural superior a **R$ 117.495,75**
- Tem posse de bens ou propriedade, inclusive terra nua, com valor superior a **R$ 300 mil** até 31 de dezembro
- Realizou operações na Bolsa de Valores
- Passou à condição de residente no Brasil em qualquer mês e se encontrava nessa condição em 31 de dezembro

Limites de deduções

- Por dependente: R$ 1.889,64
- Instrução: R$ 2.958,23
- Despesas médicas: Não há limites
- Contribuição previdenciária dos empregados domésticos: R$ 866,60

Desconto simplificado

- O valor do desconto está limitado a **R$ 13.916,36** ante os **R$ 13.317,09** do ano passado ou **20%** da renda sujeita a imposto

Valor mínimo de R$ 165,74

Fonte: Receita Federal

Breve

Bancos cortam mais os juros

EFEITO SELIC. A Caixa Econômica Federal e o Banco do Brasil reduzem, pela segunda vez, as taxas de juros de financiamentos. As novas taxas entram em vigor hoje. Seguindo o Banco do Brasil, que anunciou redução de taxas na quinta-feira, a Caixa voltou a cortar por exemplo, os juros cobrados no empréstimo consignado feito a aposentados pelo INSS. A taxa ficará, agora, entre 0,75% ao mês e 1,77% ao mês. No anúncio feito em 9 de abril, a taxa tinha ficado entre 0,84% e 1,80% ao mês. **METRO**

Joan Holloway

Pete Campbell

Comer, beber, fumar

Quinta temporada de 'Mad Men' estreia hoje no Brasil

DIVULGAÇÃO

▶ Don Draper (Jon Hamm) e sua mulher, Megan (Jessica Paré)

Novos tempos chegam a "Mad Men". A premiada série americana estreia hoje sua quinta temporada no Brasil para mostrar que ainda tem história para contar.

O ano de 1966 serve de pano de fundo para a trama. A partir de agora os personagens serão ainda mais influenciados pelos acontecimentos do seu tempo, como a luta pelos direitos civis, a liberação sexual e a invasão do rock dos Beatles e Rolling Stones.

Tempos difíceis para Don Draper (Jon Hamm), um homem de 40 anos que começa a sentir o peso da idade tanto no trabalho quanto em seus relacionamentos.

Na agência, o galã precisa mostrar que ainda é referência para seus subordinados e correr contra o tempo para não se tornar um publicitário com ideias retrogradas.

No lar, Don tem a companhia de Megan (Jessica Paré), que na quarta temporada era sua secretária. Com apenas 23 anos e muita disposição para viver situações que seu marido não tem mais paciência, a bela é o maior motivo para Draper apostar na monogamia.

O retorno de "Mad Men" nos EUA foi visto por cerca de 3,5 milhões de pessoas, valor 21% maior do que a temporada anterior. Número pra lá de expressivo para uma série que ficou 17 meses parada por conta de problemas contratuais entre o criador, Matthew Weiner, e a emissora AMC.

Estreia da quinta temporada de "Mad Men", na HBO. Hoje, às 21h. Classificação não indicada

PAULO BORGIA
METRO SÃO PAULO

Sérgio Mallandro revive a carreira ‘Sem Censura’

Humorista traz seu espetáculo de humor para Santos ▶ Evento acontece no Teatro Braz Cubas, sexta-feira, às 21h

O irreverente humorista, apresentador, cantor e ator Sérgio Mallandro traz a Santos, o espetáculo “Sem Censura". No show, o carioca narra sua trajetória desde a estreia na televisão, a passagens pelo cinema, a gravação de suas músicas entre outros trabalhos que marcaram sua carreira.

Com apenas uma assistente de palco, ele entretem a plateia com seus contos e estilo próprio. Com seu humor característico, Mallando revive seu passado através do stand up. O humorista tem sido considerado um ícone da cultura trash, cativando uma plateia jovem e eclética.

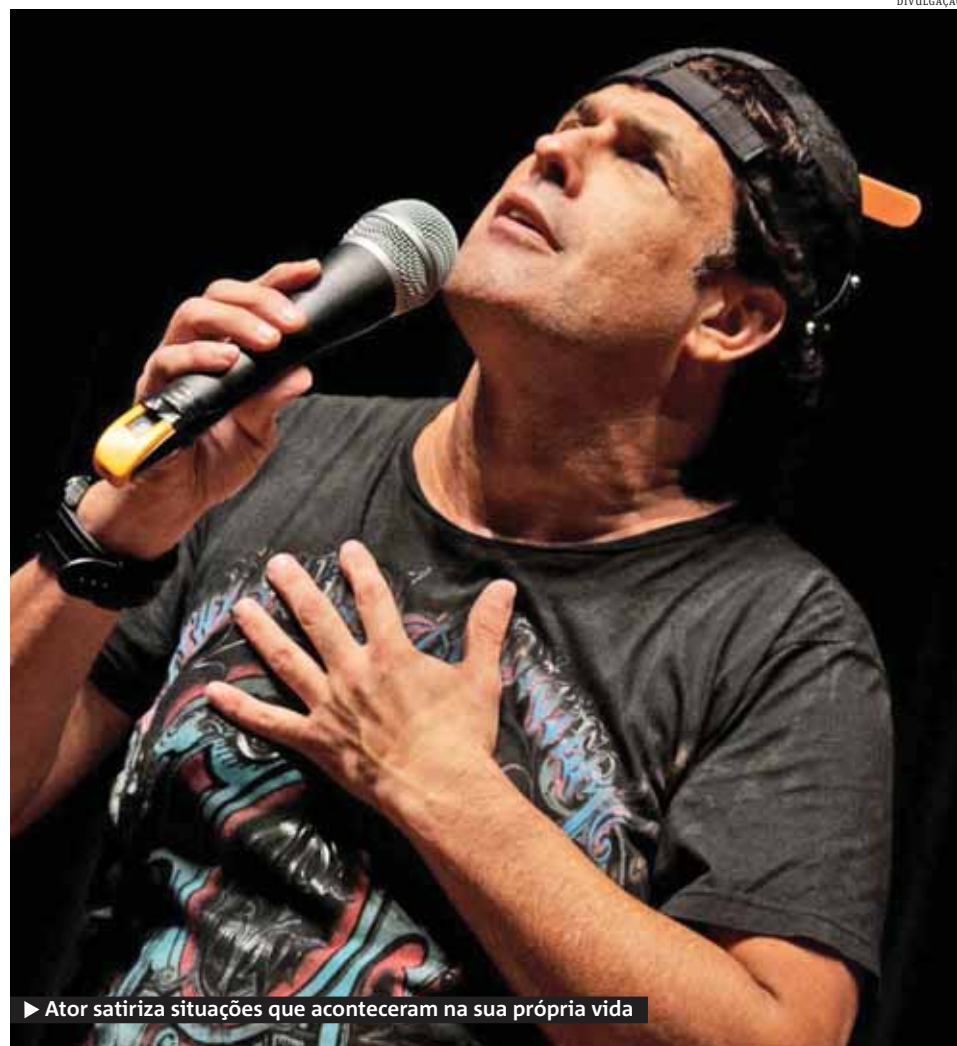
Carreira

Sérgio Neiva Cavalcanti, o Serginho Mallandro, nasceu no Rio de Janeiro, em 1955.

A televisão sempre esteve presente na carreira do ator. Seu primeiro contato com a mídia aconteceu por meio de Silvio Santos, que o convidaria para participar do programa “Cidade Contra Cidade”. Foi neste momento, com uma maneira peculiar de fazer humor, que Sérgio Mallandro foi ganhando a aceitação dos brasileiros.

METRO SANTOS

No Teatro Braz Cubas (avenida Senador Pinheiro Machado. 48, Vila Mathias, Santos). Sexta-feira, às 21h. Ingressos: R$ 70. Classificação: 14 anos.

DIVULGAÇÃO

▶ Ator satiriza situações que aconteceram na sua própria vida

Grupo Humor de Cinema apresenta stand-up comedy

O grupo Humor de Cinema se apresenta no Cine Roxy, quinta e sexta-feira, às 22h.

O trio formado por Dihh Lopes, Thiago Cepeda e Euclydes Escames faz uma satira aos momentos vivenciados no cotidiano de forma engraçada e divertida.

O grupo faz parte da Companhia Paulistana Riso Ereto.

A apresentação é encenada no Cine Roxy. Quinta-feira o show é apresentado na avenida Ana Costa, 433, Gonzaga, Santos A entrada custa R$ 20.

Na sexta-feira o standy-up é realizado na avenida Frei Gaspar, 365, Centro, São Vicente. A entrada custa R$ 15.

METRO SANTOS

Exposição Infantil

▶ Séries de atividades, como exposição cenográfica, são apresentadas na exposição

DIVULGAÇÃO

Trilhas do Brincar chega à BS

O Sesc Santos (rua Conselheiro Ribas, 136, bairro Aparecida) recebe até dia 27 de maio a exposição “Trilhas do Brincar”. A mostra, que já percorreu todo o Brasil, destaca como a cultura infantil rompe as fronteiras geográficas nas brincadeiras de rodas cantadas ou dos emaranhados jogos. A exposição amplia o repertório lúdico dos visitantes e abre espaço para o público conhecer brinquedos e brincadeiras. Até 27 de maio, de terça a sexta-feira, das 10h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, das 10h às 18h30.

UMA PROMOÇÃO ‘IMPERDÍVEL’: PAGUE 2 E LEVE ½...

Imagine que você vai à feira e, lá chegando, logo avista um animado feirante propagandeando aos berros a mais nova promoção de sua barraca: “Vamos lá, freguesa, aproveite a promoção que o dono da banca perdeu o freio: hoje é tudo pague dois e leve meio!” Você toparia uma proposta destas?

Pois, acredite-me, tem gente que faz esse tipo de “negócio” sem pestanejar, e o faz com algo bem mais caro do que meras frutas e verduras: tem gente que procede assim com compra de carro! Paga 2, porém só leva ½! E você duvida? Vamos às contas na ponta do lápis!

Ao optar por um financiamento em 60 meses, com zero de entrada e taxa de juros de 2,49% ao mês, a pessoa estará comprando um carro de um determinado valor e estará pagando, na soma geral de todas as 60 parcelas, praticamente o dobro do valor original deste carro. Só que, quando acabar de pagar o tal financiamento, o carro valerá somente a metade daquilo que valia quando a compra foi feita!

Vamos a um exemplo prático: comprando hoje um automóvel usado no valor de R$ 20 mil, com zero de entrada e juros mensais de 2,49%, você pagará 60 parcelas de R$ 646, o que dará R$ 38.760 no total, mais IOF e tarifa de abertura de crédito, fazendo a conta subir para praticamente R$ 40 mil, o dobro do valor do carro financiado. Porém, daqui a cinco anos este carro não valerá mais do que R$ 10 mil.

Absurda essa matemática: pague o dobro (R$ 40 mil), e leve só metade (R$ 10 mil), ou seja, pague quatro vezes aquilo que você terá em mãos quando já terminar de pagar o bem. E aí, você topa embarcar numa proposta dessas? O dinheiro é seu... Depois, só não vá dizer que quem está louco é o tal feirante.

Prof. Marcos Silvestre é Economista com MBA em Finanças e Controladoria pela Universidade de São Paulo. Há 21 anos atua como educador e planejador financeiro especializado. Idealizou na UNICAMP o PROF® Programa de Reeducação e Orientação Financeira. É fundador da SOBREDinheiro® Sociedade Brasileira de Estudos sobre Dinheiro e autor dos bestsellers 12 Meses para Enriquecer – O Plano da Virada e Investimentos à Prova de Crise. Dirige o site www.oplanodavirada.com.br e apresenta a coluna diária e o programa semanal Na Ponta do Lápis na BandNews FM.

Os invasores

ABC DIGIPRESS

Cruzadas

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Profissional que opera filmadoras
(?) leporino, doença congênita
Sufixo de "marroquina": origem
Constante; incessante
Perseverança
Ato; junto
Que fala 2 línguas
Cartunista brasileiro
(?) dog, sanduíche (ingl.)
Porção de gado (pl.)
Órgão da ONU para a Agricultura
A temperatura entre os trópicos
Moisés, Naum e Samuel (Bib.)
Fêmea do Rei dos Animais (pl.)
Lao-tse, filósofo chinês
Variedade de espada usada na prática da esgrima
Hiato de "piegas"
A Terra do Tacacá (sigla)
Remo, em inglês
Bofetão; tapa
A letra comum do HD (Inform.)
Prisão de castelos medievais
(?) aéreo, avião para frete

Soluções

Diretas

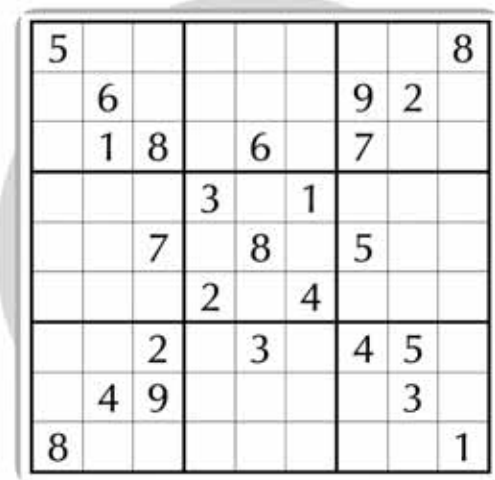
Sudoku

BANCO 3/tao — hot — car. 4/nani. 8/masmorra.

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

5								8
	6					9	2	
	1	8		6		7		
			3		1			
		7		8		5		
			2		4			
		2		3		4	5	
	4	9					3	
8								1

© Revistas COQUETEL

Leitor fala

Pedágios
O valor cobrado hoje é absurdo. São Paulo ter o segundo preço mais alto é injustificável. As concessionárias dizem que o dinheiro é usado em melhorias das vias, mas muitas vezes encontramos ou falta de manutenção e, principalmente, de segurança nessas vias. Por vezes há casos de pessoas vítimas de assaltantes, que colocam pedras nas vias para efetuar assaltos. A partir do momento que uma rodovia é tida como amparada por uma empresa, ela precisa oferecer condições, em todos os setores, para que o motorista trafegue com segurança.
Osmar Andrade, Santos

Canal 1
A ciclovia da Avenida Ana Costa foi terminada com uma velocidade incrível, já a ciclovia do Canal 1 ainda amarga em obras. Não sei o que acontece que ali as coisas não andam. Cada hora estão quebrando um trecho, interditando faixas. O ciclista já a utilização em sua maior parte, que está pronta porém sem sinalização e com dezenas de pedestres ainda a utilizando como passeio. Não sei como ainda não vimos notícias de acidentes por ali. Ou conscientizam o ciclista de que o local ainda não pode ser utilizado ou a entregam de vez. Ficar da forma que está é perigoso.
Márcia Gomes, Santos

metro Pergunta

Você sabia que Kassab liberou a construção de mais prédios na avenida Faria Lima? Você acha que a medida vai piorar o trânsito na região?

twitter **Siga o Metro no Twitter: @jornal_metro**

@pattyf: Não há dúvidas que sim.

@pereira34: O problema é que não há mais espaço para prédios. O trânsito será um caos.

@adaltogc: Acho que está na hora do Kassab se retirar.

metro Web
Para falar com a redação: leitor.st@metrojornal.com.br
Participe também no Facebook: www.facebook.com/metrojornal

www.estrelaguia.com.br

Áries (21/3 a 20/4)
Boa disposição física e ótimas possibilidades de liderar o seu grupo de trabalho, porém, tente ouvir as pessoas para decidir melhor. Evite ser teimoso demais.

Touro (21/4 a 20/5)
Apegos a coisas antigas poderão prejudicar os seus negócios. Procure se ajustar às novidades para não perder algumas chances de fechar bons acordos.

Gêmeos (21/5 a 20/6)
Guarde os seus pensamentos para você mesmo, hoje as pessoas estarão teimosas demais para ouvir os bons conselhos que você tem em sua cabeça.

Câncer (21/6 a 22/7)
Não compre brigas com as pessoas apenas por birras ou ideias fixas que você insiste em manter. Arranje novos objetivos para se distrair e não se desgastar.

Leão (23/7 a 22/8)
Fortalecimento das suas iniciativas e da sua liderança pessoal. Você poderá ser muito bem aceito pelas pessoas se prestar atenção no que elas têm a dizer.

Virgem (23/8 a 22/9)
Jogue junto com os parceiros, procure diminuir um pouco a atenção que você dá a si mesmo para poder trocar mais energia com as pessoas que estão ao seu redor.

Libra (23/9 a 22/10)
Não deixe que as pessoas o afastem do convívio com o seu grupo, o individualismo de algumas delas não pode imperar sobre a sinergia que o grupo pode construir.

Escorpião (23/10 a 21/11)
Hoje é capaz de você ter que juntar forças com o inimigo, tudo vai depender dos interesses de ambos estarem devidamente alinhados. Não se surpreenda com isso.

Sagitário (22/11 a 21/12)
Tenha cuidados para não se empolgar demais com as pessoas, elas podem estar pensando muito mais nelas mesmas do que em você, procure ser mais observador.

Capricórnio (22/12 a 20/1)
Dificuldades de interagir com o grupo pode deixar você de fora das novidades que estejam acontecendo. Tente se enturmar mais com os seus parceiros e colegas.

Aquário (21/1 a 19/2)
Preste mais atenção nos fatos, as pessoas podem estar fazendo segredo sobre coisas boas que estão acontecendo para não ter que dividir resultados interessantes.

Peixes (20/2 a 20/3)
Desconforto com a falta de consideração das pessoas. Objetivos mesquinhos podem deixar você chateado e pronto para se posicionar contra planos individualistas.

▶ Cena de "Sonhos em Movimento"

Pina Bausch é tema de documentário

A coreógrafa Pina Bausch morreu em 2009, mas poucos meses antes registrou sua última obra em um documentário, que mostra seu espetáculo "Kontkthof" de um modo diferente.

A artista deixou de lado os bailarinos da sua famosa companhia e selecionou adolescentes de 14 a 18 anos que nunca tinham subido em um palco nem dançado antes.

O resultado pode ser visto no documentário "Sonhos em Movimento – No Passos de Pina Bausch" (2009), de Anne Linsel, que será exibido hoje na Reserva Cultural. Após a sessão acontecerá um debate mediado pelo crítico de cinema Christian Petermman e terá a presença da diretora artística do Ballet da Cidade de São Paulo Lara Pinheiro e a da bailarina e coreógrafa Sayonara Pereira, que já trabalhou com Pina. METRO

Na Reserva Cultural (av. Paulista, 900, tel.: 3287-3529). 21h. R$ 24 (R$ 12 meia).

Di inédito

"Poeta com flor", da década de 1920, que ilustrou o poema "Solidão", de Oswald de Andrade

IMAGENS: REPRODUÇÃO

▶ Galerista garimpou obras raras e três inéditas do pintor Di Cavalcanti
▶ Público pode ver os nove trabalhos encontrados a partir de amanhã, grátis

Há quatro anos o marchand Paulo Kuczynski começava um garimpo todo especial: estava atrás de boas obras de Di Cavalcanti (1897-1976), ainda pouco conhecidas. Após um tempo vasculhando coleções particulares e o espólio do artista, percebeu que poderia pegar carona nas comemorações dos 90 anos da Semana de Arte Moderna para exibir o material.

"A medida que fui encontrando, fui guardando para fazer uma exposição só com o crème de la crème'", brinca ele.

O resultado pode ser conferido a partir de amanhã na exposição "Di-Alguns Inesquecíveis", em seu escritório, localizado nos Jardins. São apenas nove trabalhos – seis pinturas a óleo, um desenho, um pastel e uma aquarela –, realizados das décadas de 1920 a 1940.

Três dessas obras nunca foram apresentadas ao público: "Conversa no Cais" (1938), "Serenata" (anos 1940) e "Mulher no Divã" (1932).

Segundo Luczynski, a coleção traz exemplares da fase mais interessante do artista. "Tentei contemplar um pouco de cada tema que ele trabalhou. Ele foi muito importante por retratar a classe média baixa do Rio, como o bairro de São Cristovão e o mundo dos operários, trazendo essa realidade do Brasil para a pintura moderna", explica.

Para o marchand, a obra mais preciosa é "Descanso dos pescadores", feita nos anos 1920 e presenteada pelo próprio artista ao escritor José Lins do Rego (1901-1957).

No Paulo Kuczynski Escritório de Arte (al. Lorena, 1661, tel.: 3064-5355). A partir de amanhã, de seg. a sex., das 11h às 18h. Até 28/5. Grátis.

AMANDA QUEIRÓS
METRO SÃO PAULO

"Conversa no cais", de 1938

A inédita "Serenata", da década de 1940

ARTES PLÁSTICAS

Estreia a mostra 'A dimensão do afeto'

Estreia hoje no Espaço Cultural Citi a mostra "A Dimensão do Afeto", de Fernando Araújo.

Com curadoria do crítico de arte Jacob Klintowitz, a exposição reúne 24 obras do artista, que mostram suas criações em pinturas e gráficas.

Na primeira, Fernando apresenta gestos e partes cromática para mostrar o percurso da emoção, de modo imediato e intuitivo que a pintura pode proporcionar. No trabalho gráfico, o artista usa de materiais, a textura do papel, rolo e provas de máquina em diferentes cores, para trabalhar temas do Oriente e uma iconografia feita de signos e relevos. METRO

No Espaço Cultural Citi (av. Paulista, 1111, térreo, tel.: 4009-3000). De seg. a sex., das 9 às 19h; sáb., dom. e feriados, das 10 às 17h.

Corpinho de atriz

Não é preciso grandes esforços para ter a boa forma da nova namorada do Homem-Aranha
Personal trainer dá as dicas

O novo filme do Homem-Aranha vem com atrações especiais. Uma das novidades é a participação de Emma Stones. A dona de um corpo invejável será a namorada de Peter Parker.

E para chegar tão longe, a moça mostra que não tem preguiça. Malha regularmente e tem uma alimentação sem muitas restrições. Sem segredo e sem fórmula mágica, a atriz exibe curvas e atrai olhares.

O primeiro passo para ter um corpão digno de uma mocinha de filme é realizar exames para diagnosticar algum tipo de problema. Tudo perfeito? É hora de receber orientação e adequar a academia às necessidades. É importante identificar qualquer problema, principalmente em relação à postura e coluna, para que o corpo fique na posição correta sem causar maiores danos.

Em seguida, é preciso otimizar o treino, pois malhar o corpo inteiro obriga a utilização maior de massa muscular, queimando calorias.

"Revezar a rotina com pilates, levantamentos básicos de peso e ioga é benéfico. Essa combinação gera mudança no corpo todo em vez de intensificar um grupo muscular específico," diz Armando Alarcon, personal trainer.

Fazer exercício não quer dizer carregar toneladas de pesos, muito pelo contrário. Os pesos mais leves podem entrar nas sequências para colaborar com a formação de músculos.

"Emma é o exemplo perfeito de quem controla a alimentação. Ela não entra em dietas, come pouca carne e alimentos gordurosos. Para definir as curvas, faz pilates."
ARMANDO ALARCON, PERSONAL TRAINER

De acordo com Alarcon, adicionando um peso de cinco quilos no tornozelo ou no braço, você complica o exercício, mas gera um efeito incrível. "Aumenta o esforço e encurta o tempo que você fica fazendo o exercício. Você faz menos repetições e obtém os mesmos resultados", comenta.

Depois disso, diga adeus às sacrificadas dietas. Permita-se comer o que quiser sem culpa. Para o personal, você é seu termômetro, se acha que tem muita coisa em seu prato, tire um pouco. Caso ache muita caloria comer um doce, não coma. Se alimente sem peso na consciência e seja a melhor amiga da academia, para queimar tudo o que você comeu. Pronto, fácil, prático e objetivo. METRO

FOTOS: METRO INTERNACIONAL

Estrelados por Emma

- **"O Espetacular Homem-Aranha"**: no papel da namorada do herói, Emma promete arrasar como protagonista.
- **"Casa das Coelhinhas"**: interpretando Natalie, a menina era uma das moradoras da república feita na casa de Hugh Hefner, dono da Playboy.
- **"Histórias Cruzadas"**: Protagonista do filme, Emma interpreta uma estudante que concluiu a faculdade e sonha ser escritora.

3 EXERCÍCIOS DE ESTRELA

FLEXÕES

- Primeiro deite de bruços no chão com as mãos na altura dos ombros e os dedos apontando para a frente. Comprima o glúteo para fortalecer também essa musculatura. Faça força contra o chão, se empurrando até desencostar, quando sentir o peso do corpo recair sobre as palmas das mãos e dos pés, fique algum tempo, abaixe e recomece.

SALTOS

- Fique em pé e coloque os pés na mesma direção dos ombros. É importante estar na postura correta e com a coluna reta. Com os pés totalmente no chão, agache até o glúteo chegar perto das panturrilhas. Para levantar, use a ponta dos pés e no mesmo impulso dê um pulo. Não é preciso sair muito do chão. No mesmo embalo, volte à sua posição inicial.

AGACHAMENTOS

- Agache com as pernas dobradas e coloque as mãos no chão. Suba os joelhos em direção ao peito. Após fazer três repetições, faça uma pausa curta e em um movimento, abra as pernas para fora e volte à posição inicial. O exercício tonifica os músculos das pernas e dos braços.

Esporte de **rei**

Estância Puesto Viejo

FOTOS: METRO INTERNACIONAL

Excêntrico, o polo está cada vez mais ganhando adeptos ▶ Tradicionalmente jogada com cavalos, a modalidade está ganhando novas formas

O polo, conhecido como esporte dos reis, está mais acessível para as pessoas comuns. Na Argentina, os clubes da elite e as fazendas privadas começaram a oferecer a modalidade para turistas que passam férias no país.

"Uma vez que começamos a praticar polo, não conseguimos parar. O desafio era convencer os turistas a experimentar o jogo", disse Madeleine Duxbury, de Puesto Viejo, uma das estâncias argentinas que oferecem esse tipo de lazer aos visitantes.

O jogo tem os ingredientes certos para fazer do descanso um momento relaxante e familiar. Os alunos contam com aulas e orientações, que não deixam de ser um exercício, uma diversão com adrenalina por haver provas e obstáculos.

Na Argentina, casa dos melhores jogadores de polo do mundo, um dia típico dos jogadores é regado pelo sabor amargo do chá de ervas locais e reforçado pelo churrasco local, oferecido aos craques e aos iniciantes.

Clemmy Manzo organiza o transporte dos turistas de Buenos Aires para o rancho onde eles praticam o esporte dos deuses. "Quando eles chegam ao local, dizem: 'Não vou conseguir fazer isso, impossível'. Depois de algumas horas, eles já estão galopando rápido e marcam seus primeiros pontos", disse ela.

"Depois do jogo eles descansam e ficam conversando. Vêm como hóspedes e saem como amigos", acrescenta Clemmy.

Os turistas podem aprender a montar e até a jogar. África do Sul, Índia, Austrália, Barbados, Espanha e Reino Unido também têm a modalidade como opção, adaptada ao país para os turistas.

O treinador argentino Gaston explica: "Nós adaptamos as saídas, vamos para outros lugares justamente para os jogadores profissionais, que queiram melhorar suas habilidades no esporte". Ao fazer polo, as pessoas ficam mais flexíveis, então os turistas também podem optar pelo jogo para ajudar na flexibilidade.

LILLO MONTALTO MONELLA
METRO INTERNACIONAL

Dubai troca os cavalos pelos camelos

Camelos e elefantes em ação

Em Dubai, os camelos entram em cena e participam do polo no lugar dos cavalos. Nada mais original, já que os bichinhos são quase um ponto turístico do local. Existem pacotes oferecidos para famílias ou para grupos.

Os elefantes não ficam de fora. Na Tailândia, equipes da Escócia, Islândia, Tailândia, Hong Kong, EUA, Sri Lanka e Nepal vão se reunir em setembro na cidade litorânea de Hua Hin para a Copa de Polo em Elefantes. As partidas são movidas pelo imprevisto, já que os pesos-pesados nem sempre obedecem as regras.

Além do mundo animal, está cada vez mais comum ver pessoas jogando do polo em circuitos badalados de ski. Um deles é o de St. Moritz, praticado com uma bola de futebol grande e com cavalos que usam sapatos de pregos para não escorregar.

Timão cai da Ponte no Paulista

Contando com duas falhas incríveis do goleiro Julio Cesar, Ponte Preta vence o Corinthians por 3 a 2 e segue para a semifinal do Paulistão

PAULO PINTO/FOLHAPRESS

Lateral corintiano Fábio Santos fica desconsolado após gol da Ponte Preta

A melhor campanha da 1ª fase do Corinthians não fez diferença ontem no Pacaembu. Retrancada e explorando os contra-ataques, a Ponte Preta contou também com duas falhas do goleiro Julio Cesar para se classificar para a semifinal e eliminar o Timão do Campeonato Paulista. No fim, o alvinegro campineiro derrotou o da capital por 3 a 2.

Willian Magrão, de falta, e Rodrigo Pimpão marcaram após falhas incríveis de Julio Cesar. Roger também fez o seu para Macaca.

Ao contrário da apresentação vistosa no meio de semana, o time de Tite abusou das bolas alçadas na área, que paravam no grandalhão zagueiro Willian Magrão. Willian e Alex ainda passaram pelo inspirado goleio Bruno Fuso, mas não foi suficiente. METRO

2 x 3

Corinthians: Julio Cesar; Edenílson, Leandro Castán, Marquinhos (Willian) e Fábio Santos; Ralf, Paulinho e Danilo (Douglas); Jorge Henrique (Alex), Emerson e Liedson. **Técnico:** Tite

Ponte Preta: Bruno Fuso; Guilherme, Willian Magrão, Ferron e Uendel; João Paulo Silva, Gerson (Xaves), Cicinho, Renato Cajá e Caio (Rodrigo Pimpão); Roger (Leandrão). **Técnico:** Gílson Kleina

• **Gols:** Willian Magrão aos 12 e Roger aos 34 minutos do 1º tempo; Willian aos 29, Rodrigo Pimpão aos 44 e Alex aos 45 minutos do 2º tempo • **Arbitragem:** Rodrigo Braghetto (SP) auxiliado por Marcelo Carvalho Van Gasse e Carlos Augusto Nogueira Junior (SP)

Técnico turco se anima com Fabuloso

WAGNER CARMO/VIPCOMM

Luis Fabiano marcou dois no Braga

Os dois gols marcados por Luis Fabiano contra o Bragantino não serviram só para colocar o São Paulo na semifinal do Paulista. A atuação do camisa 9 – que está suspenso da próxima fase pelo terceiro amarelo – encantou o técnico do Elazigspor, da Turquia, Dogan Engin, que acompanhou o jogo no Morumbi ao lado do empresário brasileiro João Celso.

O turco está convencido de que vale investir para tentar tirar o jogador de 31 anos do Tricolor. A proposta, então, deve ser apresentada hoje ao presidente Juvenal Juvêncio. METRO

Marílson é 8º na Maratona de Londres

CORRIDA. Preparando-se para os Jogos Olímpicos de Londres, Marílson Gomes dos Santos apresentou bom aproveitamento e acabou em oitavo lugar na Maratona de Londres – na mesma cidade que receberá a Olimpíada em julho. Classificado para os Jogos, o brasileiro cruzou a linha de chegada com o tempo de 2h08min03, e ficou a 2min31 do seu melhor tempo, de 2h06min34. METRO

Breves

Festa regada a chopp

BUNDESLIGA. Faltando duas rodadas para o fim do campeonato, a Alemanha já conhece seu campeão. O Borussia Dortmund levou o seu oitavo título nacional ao bater o Borussia Mönchengladbach, com gols de Perisic e Kagawa. METRO

C. Ronaldo resolve para o Real Madrid

ESPANHOL. Agora são sete pontos de vantagem para o Real Madrid sobre o Barcelona, faltando quatro rodadas para o término do Espanhol. O título virtual dos merengues veio após a vitória de 2 a 1 sobre o Barça, fora de casa. O time comandado por José Mourinho saiu na frente com Khedira, mas viu os anfitriões empatarem com Sanchez. Mas o português Cristiano Ronaldo balançou as redes e selou a vitória do Real Madrid. METRO

Nadal bate Djoko e vence em Monte Carlo

TÊNIS. O espanhol Rafael Nadal, número 2 do mundo, conquistou seu 8º título seguido no Masters 1000 de Monte Carlo, ontem, ao derrotar na decisão o sérvio Novak Djokovic, líder do ranking da ATP, em dois sets, com parciais de 6-3 e 6-1. METRO

Sem sustos

Santos vence o Mogi Mirim por 2 a 0 com tranquilidade e avança para a semifinal do Paulista ▶ Neymar chega à marca de 99 gols pelo Peixe

Sem passar por grandes dificuldades no duelo da Vila Belmiro, o Santos confirmou o favoritismo e despachou o Mogi Mirim ontem, por 2 a 0, garantindo sua vaga na semifinal do Campeonato Paulista.

Além da vaga, a partida deixou Neymar mais perto da marca de 100 gols pelo Peixe. O camisa 11 fez o segundo do confronto, seu 99º. De quebra, a Joia ainda deu assistência para o lateral Maranhão acertar belo cabeceio e abrir o placar.

O adversário da próxima fase já está definido: o São Paulo. Esta, inclusive, será a terceira vez consecutiva que as duas equipes se enfrentam pela semifinal da competição. E o retrospecto do alvinegro é bom. Nas duas últimas, o bicampeão paulista Santos levou a melhor. METRO

LEANDRO AMARAL/ABCDIGIPRESS/FOLHAPRESS

Camisa 11 anotou um gol no duelo

2 x 0

Santos: Rafael; Maranhão, Edu Dracena, Durval e Juan; Adriano, Arouca (Elano), Ibson e Paulo Henrique Ganso; Neymar e Alan Kardec. **Técnico:** Muricy Ramalho

Mogi Mirim: Anderson; Edson Ramos (Luis Felipe), Tiago Alves, Lucas Fonseca e João Paulo; Val, Baraka, Renê e Felipe; Roni (Jefferson Maranhão) e Hernane. **Técnico:** Guto Ferreira

• **Gols:** Maranhão aos 22 minutos do 1º tempo; Neymar aos 26 minutos do 2º tempo • **Arbitragem:** Flávio Rodrigues Guerra (SP) auxiliado por Daniel Paulo Ziolli (SP) e Mauro André de Freitas (SP)

Vettel vence no Bahrein e é o novo líder

O tradicional gesto de 'número 1' de Sebastian Vettel está de volta. O piloto alemão da Red Bull, atual bicampeão, conquistou ontem sua primeira vitória na temporada ao terminar o GP de Bahrein em primeiro. Para surpresa geral, o pódio foi complementado pelos dois pilotos da Lotus: Kimi Räikkönen e Romain Grosjean.

De quebra, Vettel assumiu a liderança do Mundial de Fórmula 1, com 53 pontos, quatro à frente que Lewis Hamilton da McLaren.

Entre os brasileiros, o ferrarista Felipe Massa, enfim, pontuou. Depois de zerar nas três primeiras provas do ano, o brasileiro ficou em 9º e marcou seus primeiros dois pontos. Já Bruno Senna não teve a mesma sorte. O piloto não conseguiu um bom rendimento com sua Williams e, com problemas no freio, abandonou a prova a três voltas do fim. METRO

CLIVE MASON/GETTY IMAGES

Alemão chegou três segundos à frente de Raikkonen

BÊ CAVIQUIOLI/FUTURA PRESS

Fabinho foi o artilheiro da noite, com dois gols

Guarani passa com direito a gol olímpico

O Palmeiras entrou em campo já sabendo da eliminação corintiana diante da Ponte Preta. Para ser o rival da Macaca, bastaria uma vitória sobre o Guarani, no Brinco de Ouro, para chegar à semifinal. Não conseguiu. Se o Verdão já havia perdido para o Bugre na 1ª fase do Paulistão, ontem, na sua segunda chance, pelas quartas de final, foi derrotado por 3 a 2 e deu adeus ao estadual.

Se na etapa final a tensão e a falta de criatividade marcaram o duelo, na volta do intervalo os dois times entraram determinados a encontrar o gol.

> **"Agora é pensar na Copa do Brasil, qual é a opção?"**
> MARCOS ASSUNÇÃO

Com gol olímpico de Fumagalli e outros dois de Fabinho, ambos após cruzamentos de Oziel, o time bugrino concretizou o sonho da torcida e vai disputar a semifinal diante do arquirrival Ponte Preta.

Assunção e Henrique ainda descontaram para o alviverde da capital, que a partir de agora acompanhará o restante da competição pela televisão. METRO

3 x 2

Guarani: Emerson; Oziel, Domingos, Neto e Bruno Recife; Willian Favoni (Éwerton Páscoa), Fábio Bahia, Danilo Sacramento e Fumagalli; Fabinho e Bruno Mendes (Bruno Peres). **Técnico:** Vadão

Palmeiras: Deola; Cicinho, Maurício Ramos, Henrique e Juninho; M. Araújo, M. Assunção, João Vitor (Valdivia) e Daniel Carvalho (Fernandão); Luan (Patrik) e Barcos. **Técnico:** Luiz Felipe Scolari

• **Gols:** Fumagalli aos 5, Fabinho aos 7 e aos 45, M. Assunção aos 9 e Henrique aos 48 minutos do 2º tempo • **Arbitragem:** Vinicius Furlan (SP) auxiliado por Vicente Romano Neto (SP) e Gustavo R. de Oliveira (SP)

Tapete de asfalto

▶ Com correções feitas no pavimento, pilotos não precisam mais frear depois da reta do sambódromo

ANDRÉ PORTO/ METRO

▶ Pista do Anhembi passa por melhorias para a SP Indy 300
▶ Sistema de drenagem vai evitar alagamentos em caso de chuva

Faltando menos de uma semana para a realização da etapa de São Paulo da Indy 300, a pista do Sambódromo do Anhembi já está nivelada e pronta para garantir aderência adequada aos carros de corrida.

Fortes ondulações que faziam os carros saltarem foram corrigidas, sobretudo a do trecho de transição do piso de concreto do sambódromo para o asfalto.

"Ano a ano, a parte de engenharia evolui para corrigir os problemas nessa pista montada na rua. O local está praticamente pronto", diz Elton Santa Fé Zacarias, Secretário Municipal de Infraestrutura Urbana e Obras.

Em razão da raspagem do asfalto feita em 2011 em uma extesão de 1,5 km da pista, não foi preciso repetir o trabalho. Segundo a SP Obras, o trabalho foi realizado apenas em trechos isolados, onde havia imperfeições.

Para Helio Castroneves, da Penske, a correção dos trechos com defeitos melhora o desempenho do piloto, mas, por se tratar de um circuito de rua, os velocistas precisam ter braço firme durante a prova. "Claro que quanto mais liso o asfalto melhor o acerto na pilotagem. Porém, não podemos esquecer que é uma pista de rua, e algumas falhas eventuais são aceitáveis", disse o brasileiro.

R$ 15
milhões foram gastos na pavimentação e drenagem da pista, e nas estruturas de segurança para a Indy 300, segundo a SP Obras.

Drenagem

Nas obras realizadas na pista do Anhembi, a principal preocupação foi a questão da drenagem. Para evitar o que houve o ano passado, quando uma forte chuva provocou o adiamento da prova, a organização instalou canaletas de escoamento pluvial em trechos mais críticos, localizados nas proximidades da rua prof. Milton Rodrigues e da avenida Olavo Fontoura.

"O sistema de drenagem da pista foi reforçado em todos os pontos problemáticos. Além disso, fizemos todo o preparo do piso do sambódromo", destacou o diretor de desenvolvimento de projetos da SP Obras, Pedro Evangelista.

Outra falha corrigida foi a questão dos frisos, que voltaram a ser colocados esse ano para garantir mais aderência dos carros no piso do sambódromo. Sem eles, os pilotos tinham dificuldade até de parar o carro em linha reta na superfície lisa daquele trecho.

Por fim, uma mudança de posição da arquibancada localizada na área de dispersão, que dobrou de tamanho, vai permitir uma visibilidade mais ampla na curva da Vitória. METRO

Eu vou!

"Eu vou à Indy porque é um evento esperado em São Paulo. A estrutura é fantástica e quero prestigiar amigos brasileiros nas pistas."

MARCO LUQUE, APRESENTADOR

Setor	Preço	Setor	Preço
Arquibancada setor A	Esgotado	Arquibancada setor G - Portão 24	R$ 180
Arquibancada setor B	Esgotado	Arquibancada setor H	Esgotado
Arquibancada setor C	Esgotado	Arquibancada setor J	Esgotado
Arquibancada setor D	Esgotado	Arquibancada setor K	Esgotado
Arquibancada setor E - Portão 23	R$ 180	Arquibancada setor L	Esgotado
Arquibancada setor F - Portão 20	R$ 180		

Crianças de 5 a 12 anos só entram acompanhados dos pais ou responsáveis. Não é permitida a entrada de menores de 5 anos.

Bilhetes da Indy estão acabando

Os ingressos para assistir a Indy 300 no Anhembi estão quase esgotados. Dos 40 mil bilhetes colocados à venda pela organização restam menos de 2 mil.

Quem correr ainda consegue achar lugar para ver a corrida, mas só em alguns setores. A compra pode ser feita pelo site www.livepass.com.br ou, sem cobrança de taxa de conveniência, na bilheteria 1 do estádio do Morumbi.

O ingressos adquiridos dão acesso à corrida do domingo, dia 29, e ao treino, que acontece no sábado, dia 28. Confira acima preços e setores disponíveis. METRO

Sem obstáculos na pista do sambódromo

Segundo trecho mais veloz da pista, a Reta do Sambódromo, que tem 540 metros, permite aos pilotos alcançarem velocidade máxima de 300 km/h.

Porém, uma ondulação no final dessa reta, ligando o piso de concreto do sambódromo ao asfalto da rua, fazia os pilotos saltarem antes de chegarem à Curva 1.

Com a fresagem feita nesse ponto, os carros não serão mais obrigados a frear depois da reta. "A ondulação prejudica o piloto. O carro pulava a cada passagem nesse trecho. Agora as imperfeições estão sendo corrigidas", afirma o corredor Helio Castroneves.

Estima-se que com a fresagem desse ponto, os pilotos ganhem cerca de um segundo por volta

Segurança

Além de melhorias no asfalto, a pista do sambódromo já recebeu também a estrutura de segurança.

Grades de proteção, alambrados reforçados com cabos de aço e barreiras de guard–rail já podem ser vistos na maior parte da extensão do traçado.

Os blocos de concreto (malotões) também estão no lugar, definindo o trajeto do terceiro ano seguido em um circuito de rua na região do Anhembi. METRO